المهنة والاضطرابات النفسية

د. حسان المالح*

مقدمة عامة:

يبدو أن المهنة التي يمارسها الإنسان تؤثر في شخصيته وأساليبه وتفكيره، وأيضاً في أمراضه واضطراباته.. الجسدية منها والنفسية.

ومن المعروف أن هناك «أمراضاً مهنية» يتعرض لها الأشخاص الذين يمارسون مهنة معينة، وبنسب تفوق معدلات هذه الأمراض عند عموم الناس. حيث يتعرض مثلاً العاملون في المواد الكيميائية وعمال المناجم لأمراض تنفسية انسدادية وسرطانية واعتلالات في الكبد والكلية والدم وغيرها بسبب الغازات والغبار الذي



* كاتب وباحث في علم النفس (سورية)

- العمل الفني: الفنان زهير حسيب



يتعرضــون لــه أثنــاء عملهم. كمــا يتعرض العاملــون في تربية المواشــي ونقلها وذبحها لعدد من الالتهابات الخاصــة بسبب انتقال العدوى لهم من الحيوانات مثل مرض الحمى المالطية (Brucellosis) وغيرها. (٧)

وتزداد الإصابــات الجسدية والجروح والخلــوع والكسور لدى فئــات الرياضيين المحترفين، كمــا أن هناك إصابات دماغية عصبيــة خاصــة تكــثر عنــد الملاكمــين (Punch Drunk Syndrome).

ويتعرضــ أطبــاء الأسنــان للإصابــة بالتسمم الزئبقي بسبب الحشوات المعدنية (Amalgam) المستعملة يومياً (وأصبحت هــذه الحشوات أقل استعمــالاً هذه الأيام بسبــب مخاطرها المحتملة وهــي تستبدل بالحشوات البيضاء غير المعدنية).

وهناك أمثلة أخرى كثيرة من الأمراض المهنيــة في مهن مثل الطــب والمهن الطبية المساعــدة والمهــن العسكريــة والحرفيين والعمال اليدويين وغيرهم.

ويدرس الطب المهني (Occupational Medicine) أنواع الأمراض والاضطرابات المرتبطة بمهنة معينة، محاولاً فهم الآليات الإمراضيــة والمسببــات المرضيــة وطرق الوقاية الممكنة أو طرق التخفيف من نسب حدوثها من خلال إجراء تعديلات تقنية أو كيميائية وقائية أو غير ذلك.

والحقيقــة إن معــدل إصابــة الإنسان بمختلف الأمراضــ الجسمية والنفسية له ارتباطــات بعدد من العوامــل العامة، مثل العوامــل العضوية والعمر والجنس والعرق والوراثة، وأيضاً العوامل البيئية والطبيعية التي يعيشــ فيها (ريــف- مدينة- جبل- ساحل- صحراء)، والبيئة الاجتماعية التي ينتمي إليها (طبقة- مهنة- دين- عادات- تقاليد- ثقافة)، وأخــيراً التكوين النفسي والتربوي والشخصي الذي يتميز به. (٩)

وفي الممارسة الطبيــة اليومية نجد أنه من الضروري الإلمــام بمعلومات عامة عن المريضــ تشمــل النقاط السابقــة إضافة للمعلومات الخاصــة بالمرض، مما يساهم في تفهم الحالة المرضية بشكل ناجح ومما يساعــد في وضــع التشخيصــ الصحيح السريع. ومثــلاً يمكن للطبيب أن يصل إلى التشخيصــ الصحيح بسرعة أكبر في حالة فحصه لمريض يشتكي من أعراض التهابية شديدة إذا ســأل عن مهنة المريض.. حيث يتوجه الطبيب في تشخيصــه إلى أمراض معينــة تصيب الإنسان ناتجــة عن عدوى من خلال عمل المريضــ في تربية المواشي مثلاً.(٢)

ملاحظات

ودراسات وصعوبات:

نجد في ميدان الأمراض والاضطرابات النفسية المتنوعة ومدى علاقتها بالمهنة، أن هناك عدداً من الملاحظات العامة في الدراسات الغربية حول ذلك.

ويمكننا القول أن هناك اختلافاً واضحاً في ميدان الطب النفسي عن ميادين الطب الأخرى في موضوع الأسباب المرضية وتحديدها.. ولا يزال الغموض يكتنف كثيراً من أسباب الاضطرابات النفسية. والنظرة العامة المتوازنة تؤكد على وجود عوامل عضوية ونفسية واجتماعية (Bio-Psycho-Social) في ظهور الاضطرابات النفسية وتطورها. (٥، ٨، ٩).

وفي بعض الاضطرابات تلعب العوامل العضوية والكيميائية والوراثية دوراً حاسماً، وفي بعضها الآخر تبرز أهمية الأسباب النفسية والاجتماعية في ظهور المرض أو في شدته واستمراريته.

ومن المفيد معرفة أهمية العوامل الاجتماعية (ومنها المهنية) في تأثيرها على نسبة حدوث اضطراب نفسي معين أو شدته أو سيره، مما يفتح المجال لوضع خطط واضحة تساهم في الوقاية من الاضطرابات أو التخفيف من شدتها وآثارها.

ومما لاشك فيه أن مثل هذه الدراسات تواجهها صعوبات كبيرة، بعضها يعود إلى صعوبات نظرية وعلمية.. وبعضها

يعود إلى صراعات اقتصادية واجتماعية تتعلق بتركيبة المجتمع وفئاته ومصالحه المتناقضة.

وأيضاً فإن «الوصمة السلبية» (Stigma) المرتبطة بالاضطرابات النفسية والتي لا تزال واسعة الانتشار في معظم المجتمعات تساهم في صعوبة إجراء الدرسات على أصحاب «مهنة معينة» لمعرفة مدى «صحتهم النفسية واضطراباتهم» ، حيث يشترط في ممارسة معظم المهن بشكل صريح أو ضمني خلو المتقدم للمهنة من أي سجل «لأي اضطراب نفسي» وهذا لا يتناسب مع الحياة الواقعية والعملية ومع انتشار الاضطرابات النفسية بمختلف درجاتها وأنواعها.

وبالطبع فإن العديد من المهن تتطلب توفر الحد الأدنى من الصحة الجسمية، كما أن اللياقة الصحية والنفسية تلعب دوراً حاسماً في أداء بعض المهن، ولكن المشكلة تكمن في الحساسية السلبية لكل ما هو «نفساني» ، وفي التعميمات الخاطئة والمبالغات غير الواقعية، وأيضاً في تعريف مفهوم اللياقة الصحية والنفسية ونسبيته.(٢)

تفاصيل عن الاضطرابات النفسية والمهن:

دلت عدة دراسات على أن «مرض الفصام» (Schizophrenia) ينتشر بنسبة أكبر في «الطبقات الاجتماعية المتدنية» وبالتالي في مهن خاصة وأعمال ذات مردود مالي أقل مقارنة بين المرضى وآبائهم (٦، ٩). ولا يعني ذلك أن الفقر يسبب الفصام، بل إن المرض نفسه يؤدي إلى تدهور الشخصية وقدراتها وطموحها مما يجعل المرضى المصابين يتدهورون في السلم الاجتماعي والمهني.

ومن جهة أخرى يمكن للأزمات الحياتية المتنوعة (Life Events) ومنها الفقر والبطالة والخسائر المادية أن تساهم في ظهور الفصام عند من يحمل استعدادات عضوية أو كيميائية أو وراثية، أو أنها تساهم في انتكاسة المرض أو إزمانه (٩).

وينتشر اضطراب «الهوس الاكتئابي الدوري» (Manic Depressive Disorder) في «الطبقات الاجتماعية العليا» مثل التجار ورجال الأعمال وغيرهم، وربما يكون ذلك بسبب ازدياد النشاط والتفاؤل والطموح وروح المغامرة والثقة بالنفس والسلوك الاجتماعي الواسع،

والذي يميز بعض مراحل هذا الاضطراب ولاسيما الدرجات الخفيفة منه.

ويرتبط «الانتحار» (Suicide) بالطبقات الاجتماعية المتدنية بنسب مشابهة للطبقات الاجتماعية العليا، ويقل في الطبقات الاجتماعية المتوسطة، ويتبين ذلك من خلال «المهن الموازية لهذه الطبقات» .

وفي «المهن الطبية» يزداد عدم التوافق الزوجي و«الطلاق» وأيضاً «الاكتئاب». وتبلغ نسبة الانتحار أعلاها في الأطباء اختصاصيي التخدير ثم يليهم أطباء العيون ثم الأطباء النفسيين، وفقاً لبعض الدراسات. وتتعدد تفسيرات ذلك.. ومنها أنه ربما يكون النصيب الأقل الذي يحظى به طبيب التخدير مقارنة مع الطبيب الجراح من حيث التقدير والمكافأة بمختلف الأشكال في العمليات الجراحية الناجحة، إضافة لتحمله للعبء الأكبر في العمليات الفاشلة، له دور في ذلك. وفي تفسيرات أخرى أن المواد المستعملة في التخدير ربما تزيد في نسبة الاكتئاب عند ممارسي التخدير (٦، ٩).

وفي «المهن الأدبية الإبداعية» تزداد نسبة «الاضطرابات الاكتئابية» (Depression) بشكل واضح مقارنة مع مجموع السكان. وتشمل هذه المهن كتاب الرواية والقصة والمسرح وكتاب النثر والشعراء. بينما تتقارب نسبة النوبات الاكتئابية الشديدة لدى العلماء والسياسيين والمؤلفين الموسيقيين والرسامين، من النسب العامة للاكتئاب في المجتمع.

وتتعدد تفسيرات ذلك.. ومنها طبيعة العمل الإبداعي الأدبي نفسه من حيث الحساسية الخاصة التي يمتلكها الكتاب لأشكال المعاناة المختلفة، وتوحدهم (Identification) مع شخصيات أعمالهم، وأيضاً تعرضهم لأنواع الإحباط المختلفة، والاستعداد الشخصي، وغير ذلك[١].

ويزداد «الاضطراب الهوسي» (Mania) والهوس الخفيف و« اضطراب المزاجية الدوري» (Cyclothymic Disorder) لدى العاملين في «المهن الصحفية والإعلامية» كما تدل عليه الملاحظات[٢].

وتدل الدراسات على أن مهنة «التشرد والتسول» يزداد فيها عدد المصابين بالفصام والإدمان على الكحول وغيره. كما أن «المهن اليدوية» (Manual Jobs) والتي لاتتطلب مهارات خاصة، مثل الرعي والأعمال العضلية المساعدة والأعمال

المنزليــة وغيرها.. يزداد فيهــا الأشخاص «ذوو الــذكاء المنخفض» وأيضــاً «الفصام والاكتئاب».

وفي عدد مــن الدراســات على «ربات البيــوت» (House Wifes) تبــين أن الاكتئــاب يزداد لديهن مقارنــة مع النساء العاملات في مهن وأعمال أخرى (٩). كما تــدل معظم الدراســات الغربية وعدد من الدراسات العربية على أن العمل بشكل عام يساهم في تحسين الصحــة النفسية نظراً لإيجابيات العمــل المتعلقــة بالاستقلالية وتحقيــق الــذات وازدياد السيطــرة على الحياة والمستقبل من النواحي الاقتصادية والشخصية [٣].

وتــزداد «الاضطرابــات التحويليــة الهستريائيــة» (Conversion Disorders) والاضطرابــات التجسيمية (Somatization) (الشــكاوى الجسمية المتعددة المزمنة نفسية المنشأ) لدى الأشخاص ذوي الثقافــة التعليمية المتدنية وبالتالي في المهن والأعمال الموازية لذلك (٥).

ويــنــدر الاضــطــراب الــوســواســي القهري (Obsessive Compulsive Disorder) في المهن الأدبية الإبداعية، وربمــا يــزداد في المهن الدينيــة. ويــزداد الاضــطــراب الــهــذيــاني (الشــك- الــزور) (Delusional Disorder) لدى «أسرى الحرب» وفي «السجون» ولاسيما في حالات السجن الانفرادي وغير ذلك.

وتــزداد «الجنسيــة المثليــة» (الشذوذ الجنســي) (Homosexuality) لــدى الرجــال الذيــن يمارسون المهــن المرتبطة عادة بميادين عمل المــرأة مثل «الخياطة» و«إعــداد الطعام» و«تزيــين الشعر» وغير ذلــك. وأيضاً في «نــزلاء السجون» و«طلبة المدارســ الداخلية» من الجنسين، كما تدل عليه الملاحظات.

ويــزداد «الإدمــان علــى الكحــول» (Alcoholism) في «المهــن البحريــة» التي تتطلــب أسفاراً طويلــة، وأيضاً لدى موظفي الفنادق وأماكــن اللهو و(البارات) (Barmen) حيث يتوفر الكحول باستمرار. إضافــة لعدد من المهن الخطرة والعسكرية وغير ذلك. كما يزداد سوء استعمال وإدمان المنشطات لدى «فئات الطلبة» و«السائقين» وغيرهم (٥،).

ويــزداد «ادعــاء المرضــ» (Malingering) والتمارضــ في المهــن العسكرية ولاسيما أثناء الحروب وأيضاً في «نزلاء السجون» . كما أن «إصابات العمل» في عــدد مــن المهــن العضليــة والحرفية يمكن أن تــؤدي إلى اضطراب نفسي يتميز

بشــكاوى جسميــة ونفسيــة وآلام ترتبط بالإصابة العضوية الأصلية ولكن لاتتناسب معهــا في شدتها أو إزمانهــا، ويسمى ذلك «عصاب التعويض» (Compensation Neurosis) وهو يرتبط بإمكانية الحصول على تعويض مالي بسبب الإصابة الأصلية.

وهناك مايسمى بإضطراب «الشدة عقب الصدمــة» أو «الشــدة الصدمية» (Post Traumatic Stress Disorder) وهو يتميز بأعراض القلق والتوتر والأرق وتذكر الفجيعة (الصدمــة) وغير ذلك.. وهو يلي حدوث أحداث فاجعة وأليمة مثل الحوادث والمــوت المفاجــئ والاغتصــاب والحروب والكوارث وغيرها. وهذا الاضطراب يمكن أن يصيــب فئات من مهــن مختلفة بعضها اعتياديــة وبعضهــا مــن «المهــن الخطرة والعسكرية» وغيرها (٦، ٩).

وإذا تحدثنــا عــن «اضطرابات القلق» المتنوعــة (Anxiety Disorders) و«المخاوف المرضية» المتنوعة (Phobias) نجد أنهــا اضطرابــات واسعــة الانتشار في مختلــف الفئات والمهــن. ومن المؤكد أن العصر الحديث وإيقاعــه السريع وتغيراته وقيمــه ومشكلاته وأيضــاً «مهنه الشائعة» بظروفها وشروطهــا ومتطلباتها الخاصة والاجتماعية، لها دور في ذلك الانتشار.

كما أن الإحباطات والحرمانات والصدمات العامة المرتبطة بالمهن المتنوعة لها دور في نشوء القلق والمخــاوف وفي استمراريتهما.. وهناك بالطبــع مهن مهيئة للقلق أكــثر من غيرها.. وتبقــى الأمور نسبيــة وافتراضية تخمينية.. ولا يعني ذلك إهمال بحثها ومحاولة تعديل ما يمكن تعديله وإصلاحه.

وفي مجموعة أخرى مــن الاضطرابات النفسية والتي تسمى «اضطرابات التكيف» (Adjustment Disorders) والتــي تأخذ أشكالاً من القلق والاكتئاب والأعراض الجسميــة والسلوكية والأشــكال المختلطة بينهــا. .نجــد أن هــذه الاضطرابات هي بالتعريــف ناتجــة عــن ســوء في التكيف لظروف معينة تتميز بالتوتر والشدة ولكن في حــدود متوسطة وليســت استثنائية أو نادرة. ومن الناحيــة العيادية نجد أن مثل هذه الاضطرابات يطلق على الشكاوى التي يبديها الأشخاص في ظروف مهنية صعبة، أو عنــد البدء في عمل ما، أو عند الانتقال إلى ظــروف جديــدة في مجــال العمل، أو غيره من العلاقــات الزوجية أو الشخصية أو المهنية. ومن المفهــوم والواضح أنه كلما زادت صعوبــات المهنة وظروفهــا القاسية كلمــا زادت هــذه الاضطرابــات النفسية انتشاراً (٥،٢).

أسئلة أساسية :

وهنا لابد من العودة إلى جوهر العلاقة بين الاضطرابات النفسية والمهنة.. حيث تبرز الأسئلة التالية والتي تحتاج إلى المزيد من البحث والدراسة :

١- ماهو دور «ضغوط المهنة» ودرجة تأثيرها في نشوء الحالات النفسية ؟

٢- هل المهنة بذاتها ومن خلال طبيعتها تؤدي إلى تعديل وتغير في الشخص الذي يمارسها وبشكل يؤدي إلى تكوين أساليب وعادات مرضية في التفكير والانفعال والسلوك ؟

٣- هل يحمل الإنسان معه إلى مهنته ميولاً واستعدادات خاصة وصفات في الشخصية تهيؤه فيما بعد إلى ظهور الاضطراب النفسي ؟

٤- وهل تكمن الحقيقة في مزيج بين هذه المحاور الثلاثة السابقة وبدرجات متفاوتة ؟

الشخصية والمهنة :

ومن الجوانب الأخرى لموضوع المهنة والاضطرابات النفسية اضطرابات الشخصية المرتبطة بالمهنة.. وتدل الملاحظات على أن مهنة «المحاسبة» مثلاً تتطلب الدقة وتطور القدرات الحسابية إضافة للدأب والبرود الانفعالي والتأني والاقتصاد. وهكذا نجد أن صفات الشخصية الوسواسية المرضية يكثر انتشارها في هذه المهن، حيث تتضخم الصفات الشخصية الطبيعية بشكل مبالغ فيه لتصل إلى الحدود المرضية.

كما أن «الموظفين في الأعمال الكتابية الروتينية والأرشيف» يتميزون بالصفات الوسواسية والإفراط في النظام والترتيب والعناد وضيق الأفق والروتين (البيروقراطية).

وفي «المهن الإدارية وأرباب الأعمال» تنتشر نمط الشخصية المسماة بنمط أ (Type A Personality) والتي تتميز بالتوتر والحدة الانفعالية والإحساس المفرط بالوقت (عدم الانتظار) والطموح الزائد والرغبة بالإنجاز والتنافس الشديد.

وفي «الأعمال العسكرية والأمنية» تزداد صفات العدوانية والشدة والمغامرة والاندفاعية والشك. وفي مهنة «التمثيل» تزداد القدرات والصفات الإيحائية (Suggestability) مما يساعد على تقمص الممثل أو الممثلة للدور الذي يقوم به. وتزداد لديهم أيضا صفات النرجسية وحب الظهور ومثلهم في ذلك «المغنون».

وتتطلب «المهن العلمية والبحث العلمي» درجات من الانطوائية والبرود

الانفعالي والتفكير الذاتي والصبر والمثابرة. وفي «المهن الرياضية» تزداد صفات الاستعراض الجسدي والتنافس والعدوانية والنرجسية(٢).

الشخصية وسوق العمل:

وفي الجانب الآخر، فقد بينت الدراسات أهمية صفات الشخصية وميولها وقدراتها، ومدى ملاءمتها لمهنة معينة واستبعاد مهن أخرى لا تلائمها، مما ساهم في تطوير قياس الشخصية واختباراتها، وفي ظهور أخصائيين ومراكز للتوجيه النفسي المهني.

وتمت تطبيقات ذلك بنجاح في سوق العمل والجامعات والمعاهد الفنية وغيرها. مما يعني أن ممارسة الشخص لمهنة تتناسب مع قدراته وصفاته تعتبر أساسية في نجاحه وتكيفه المهني وفي صحته النفسية أيضاً.

والحقيقة إنه نظراً لتغيرات سوق العمل وانتشار البطالة والاضطرار إلى ممارسة أي عمل متوفر، فإن النظريات والدراسات المتعلقة بالشخصية والاضطرابات النفسية والمهنة قد واجهت صعوبات إضافية في فهمها للاستعدادات والقدرات المرضية والتكيفية على حد سواء مما أدى إلى تغير النتائج وتناقضها في بعض الأحيان.

ومثلاً فإن التنقل من مهنة لأخرى مع وجود فترات من البطالة أصبح جزءاً طبيعياً ومألوفاً من الصورة العامة للقوانين الاقتصادية السائدة في عصرنا الحديث. ويحدث ذلك في كثير من الحالات بشكل إلزامي وليس اختيارياً من قبل الفرد. بينما يعتبر المفهوم النفسي التقليدي أن تغيير المهنة باستمرار يدل على الفصام أو الهوس أو أنه دليل على وجود صفات الشخصية المضادة للمجتمع (٢ ،٥، ٩).

كلمة أخيرة.. ضرورة التأسيس للطب النفسي المهني:

وأخيراً لابد من التأكيد على ضرورة الاستفادة من قضايا التوجيه المهني النفسي وتطبيقاتها في بلادنا. وأيضا ضرورة دراسة «المهنة» وظروفها وعلاقتها بالاضطرابات النفسية المتنوعة في واقعنا العملي، والاستفادة من الدراسات في هذا المجال دون تعميميات خاطئة أو متسرعة.

ولابد من تعاون المهتمين والمسؤولين في هذا الميدان مع الاختصاصين من أطباء نفسيين (Psychiatrists) وأخصائيين نفسيين (Psychologists) والمختصين في علم النفس الصناعي المهني (Occupational، Industrial Psychologists) إضافة لغيرهم من

الخبراء والمستشارين (Councelors) من أجل تقديم الخدمات النفسية العلاجية والإرشادية اللازمة والمناسبة والقيام بإجراء الدراسات والأبحاث والندوات وتبادل المعلومات والخبرات في هذا الميدان الهام.

ويبقى هذا المجال حيوياً ومشوقاً ومفتوحاً للمساهمة في تطوير ميدان الطب النفسي المهني والوقائي والذي لا يزال في مرحلة البدايات الأولى (٢، ٤). ■■

المراجع

١- الإبداع والاضطراب النفسي، ترجمة الدكتور حسان المالح، مجلة الثقافة النفسية المتخصصة، العدد ٦٦ / نيسان ٢٠٠٦ صفحة ٣٣-٤١.

٢- الطب النفسي والحياة، الجزء الثالث، الدكتور حسان المالح، دار الإشراقات، دمشق ١٩٩٩، المهنة والاضطرابات النفسية : صفحة ٢١- ٣٣.

٣- الطب النفسي والحياة، الجزء الثالث ،الدكتور حسان المالح، دار الإشراقات، دمشق ١٩٩٩، المرأة والعمل والصحة النفسية: صفحة ٢٩٣- ٣٠٠.

٤- موقع حياتنا النفسية- المهنة والاضطرابات النفسية- رأي
www.hayatnafs.com

5- DSM IV. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fourth Edition. American Psychiatric Association Washington , 1994.

6- Comprehensive Textbook of Psychiatry. Kaplan J.I., Saddock B.J.& Fourth Edition. Williams Wilkins, 1983.

7- Harrison's Principles of Internal Medicine. International Edition. Thirteenth Edition,1994

8- Pocket Handbook of Clinical Psychiatry, Fourth Edition. Sadock B.J.& Sadock V.A. Lippincott Williams & Wilkins Philadelphia , U.S.A 2005.

9-Textbook of Psychiatry، Editors: Talbott J.A.، Hales R.E.، Yudofsky S.C.A. American Psychiatric Press Washington، 1988.

